第一图书网, tushu007.com

<<教你做优雅女人>>

图书基本信息

书名：<<教你做优雅女人>>

13位ISBN编号：9787543866935

10位ISBN编号：7543866935

出版时间：2010-10

出版时间：湖南人民出版社

作者：黄维

页数：248

字数：2100000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

<<教你做优雅女人>>

前言

最喜欢和母亲一起逛街，她对衣服独到的眼光，简直可以和服装设计师相媲美。
只这一点，我就很佩服母亲，她不像我，最美丽的时候，可以有大把的钱尽情地打扮自己。
她50岁之前的时光，都是在父亲的郁郁不得志中度过的。
她自己的一份工作，也只够养家，似乎没有更多的闲情雅致，让清贫的生活亮起来。
这是父辈们厌倦了也习惯了的生活方式，但是母亲，却偏偏让自己，还有我和父亲，有了一份凡俗生活里，别人无法体验到的优雅和情趣。
她首先把自己打扮得与别的女人不同。
其实都是一样的布料，但母亲会在买来以后，稍稍地加工一下袖口、衣领或腰部，给它们打一些漂亮的褶皱，或是绣一只翩翩欲飞的蝴蝶。
这样小小的改变，就有一种说不出来的味道和风情。
而自己的心，因了这样内敛的改变，也会如印了暗花的衣料一样，在阳光下走过便显示出美丽的图案和光泽来。
那时候小城的女人都是暗暗地羡慕着母亲的。
她们看母亲提了草编的篮子到菜市场，常常会忘了买菜，只顾看母亲那儿乎能走出音乐节拍来的啷步，还有腰间一抹淡淡的光彩。
婚后的母亲，将朴素的日子打理得津津有味。
春天的时候母亲会在窗前插几枝桃花，让清香绵延至房间的每一个角落。
父亲在这样的芬芳里喝茶，听母亲手腕上的镯子叮叮当当地响着，常常会哼起幸福的小曲儿。
从小，我便能从冬天没菜吃的时候，母亲腌下的各色小咸菜里，品出生活的美妙来。
我常常边美美地吃着香脆的黄瓜条，边微闭起眼睛朝母亲喊：“妈妈，我真的很爱你！”我想这是我对母亲，传达给我和父亲一种细致入微的情趣的感激吧，那时候不知道这样的味道，叫幸福。
等我有了一份薪水丰厚的工作，可以月月寄钱给家里，母亲更是让她和父亲的二人世界，变得愈加的有滋有味起来。
而且，她身上的那种摇曳生姿的风情，丝毫没有随了年龄的老去而减弱。
我和她上街，回头率会突然地增加。
有一次，我远远地看她走过去，眉眼里的光彩在人群里，挡都挡不住；那种我所熟悉的恬淡与温柔，竟是从每一个细节里，都看得到。
优雅的风情，原来是这样一点一点地嵌入了岁月中。
我很奇怪为什么我和我身边的朋友，即便是用最名贵的化妆品，买最知名的品牌的衣服，去最有情调的酒吧里慢慢地品着洋酒，但依然时时地觉着自己落在了时尚的后面，而且因此焦躁和失衡。
当我一次次从喧嚣里回到小城，看到母亲的生活，方才明白，优雅，原来是一种可以持之以恒的东西，它从不会附在生活的表面，而是隐藏在若隐若现的细节里。
只有你静下心来，从最细微的地方，执著地经营下去，你才会拥有植入生命里的风情：被物欲包围了的凡俗拥挤的生活，便会因此有了时尚永远无法企及的情致与柔软。

<<教你做优雅女人>>

内容概要

女人如花，散发着清香，可以不浓郁，但一定会持久芬芳；　　女人如茶，轻轻地品酌，可以很恬淡，但一定有唇齿余香。

女人的生命是棵花树，静静地绽放，第101颗！

优雅是女人一生的事业，是美丽女人的最高追求。

优雅是可以学来的。

我们不会抱怨，我们默默接受，因为我们会安静地去改变。

<<教你做优雅女人>>

书籍目录

第一章　天使爱美丽　优雅的女人，一生的美丽　让优雅成为一道风景　揭开优雅的面纱　迈出优雅的第一步　优雅女人应当做到的　全世界最优雅女性：约旦皇后拉妮娅　闪耀的“马尼拉珍珠”　优雅到老的78岁名模　现代优雅美女的十个条件　其实每个女人都优雅第二章　所谓“秀外而慧中”　真正的优雅来自完美的内心　好修养让女人笑看岁月　有修养的女人有教养　做个智慧的优雅女人　读书滋养女人魅力　优雅需要宽容豁达　善良的女人最美丽　乐观的女人青春常驻　感谢一切所拥有的　优雅女人不可不读的书　优雅女人不可不看的经典影片　给心灵化个妆第三章　暗流涌动的女人香　优雅的女人会穿衣　做个穿衣高手　优雅女人的穿衣原则　做自己衣服的主人　色彩永远是优雅的一部分　色彩小常识　服饰色彩搭配解析　饰品与服装搭配秘密　丝巾：女人的似水柔情　四季丝巾的材质选择　脸型与丝巾的围系法则　站在高跟鞋上，可以看到全世界　不同脚型高跟鞋搭配策略　丝袜：曾经如此心动　用袜子拉长你的美腿　做个“腰精”女人　你的衣橱有多大　整理好你的衣橱第四章　云想衣裳花想容第五章　一颦一笑尽风姿第六章　生命如此鲜活第七章　童话里的城堡

章节摘录

插图：让优雅成为一道风景在一个吉色古香、品质典雅的Party上，一位女歌唱家和一位女歌星各自演唱了一首20世纪二三十年代上海著名音乐人陈歌辛的作品，两人给人的感觉却大相径庭。
女歌唱家的风格相当传统，服饰朴素，举止大方，除了一只手举着麦克风外，没有任何附加的动作。她的演唱很有感染力，虽不刻意，却营造了浓郁的怀旧氛围，在场的人都为她深沉而悠扬的歌声所打动，仿佛置身于上个世纪初某个上流社会的沙龙。
女歌星青春美貌，奔放时尚，狂歌热舞，浑身上下充满了活力，是标准的现代都市娱乐文化符号。
看着她表演，不由令人想起当年白先勇早期作品中描写的上海滩百乐门。
同为女人，风采迥异。
女人，靓丽的，不乏；漂亮的，不乏；娇艳的，不乏；聪明的，不乏；温婉可人的，不乏；多才多艺的，不乏。
然而，真正能称得上优雅的女人，却不多。
优雅是女人最为高贵的气质。
优雅女人兰心蕙质，品貌端庄，聪明伶俐，知书达理，是女人中的极品，是上苍赐给这个世界的最高奖赏。
在任何时代，女人都是社会的表情，民族的灵性。
女人是每份感情的主诉，是一段往事的主角。
每一个时代的历史记忆中都少不了女人的音容，女人的身影。
可以说，女人的品位，决定了一个城市的品位，女人的情致，统治着社会情感生活的主要内容。
女人为枯燥的空气带来润泽，为平凡的人生带来诗意，为风雪交加的黑夜带来温暖，为剑拔弩张的争斗带来和解和宽容。
女人装点市井，引导时尚；女人播撒春天，酿造爱情。
要了解一个城市，首先要了解这个城市的女人；要解读历史，须先阅读历史各个章节中的女人。
女人的优雅或来自天分，或来自教养，或来自熏陶，或来自生活的历练。
女人的优雅也各有千秋，各自不同，有人如幽兰，有人如彩虹，有人如诗书。
读懂女人不易，读懂优雅的女人更不易。
每个优雅女人都是一泓湖水，每个优雅的女人都有一个谜一样的人生，每个优雅的女人都有一个耐人寻味的故事。
优雅女人给我们带来的不单是审美的满足，更是心灵的安慰与净化。
在一个充满欲念的时代，优雅的女人既是一道风景，也是一面镜子。
初夏的黄浦江烟雨迷蒙，百年来江边曾经流连过多少美丽的身影。
一个个我们熟悉的名字，一曲曲美丽的恋歌都在这里留下痕迹。
丁玲、张爱玲、董竹君、白杨、上官云珠，她们是优雅的女人，是一个城市优雅的笑颜，是一个时代优雅的回忆。
也许正是这样一个城市，这样一群女人才托起了我们笔下和镜头里优雅的女人。
揭开优雅的面纱优雅是一种内在的气质，是因生活阅历的积淀，举手投足间不经意流露出来的成熟气息，是由内而外散发的一种知性的美，它来自于后天的学习和积累。
优雅，源于丰厚的学识、深刻的思想，它不是矫揉造作，不是金钱、时装、化妆品的堆积。
优雅也许是一个迷人的微笑，一句贴心的话语，一个扶助的动作，一个相知的眼神；优雅也许是一种对生活的自信，一种积极乐观的满足，一种从容镇定的安详，一种谦逊善良的美德。
优雅也是一种境界、一种思想、一种风度、一种气节、一种无以模仿的神态。
优雅的女人不一定天生丽质、沉鱼落雁。
三毛和张爱玲都不是倾国倾城的女子，可她们的魅力却无与伦比，她们用文字将她们独特的美淋漓尽致地表现在世人的面前，她们的一生都是传奇。
她们的美，美在修养、智慧和善良。
她们的举手投足间透露出的是一种充满智慧和善良的优雅。

优雅的女人一定有平和的心态，处变不惊，那是猝然临之而不惊，无故加之而不怒的大度，是在风吹雨打中胜似闲庭信步的自信和悠闲，洒脱飘逸，潇洒自在，看窗外花开花落，去留无意，望天上云卷云舒。
她们遇到再棘手的问题、再大的挫折都能直面，内敛代替了张扬。
优雅的女人是懂得爱的女人，她爱自己、爱老人、爱孩子、爱朋友、爱同事、爱工作，更知道如何去爱生活。
她明白男人需要爱，有时是理解，有时是关怀，有时是温柔，有时是刁蛮，有时是平淡，有时是火的热烈，有时是水的柔情。
优雅的女人，情感是细腻丰富且理智的。
当然，优雅的女人还应当有情趣，她会偶尔的恶作剧；会采来山野的小花装饰生活；会在情人节的日子给爱她、她爱的人一份惊喜；会自己读书打发一个音乐与茶的下午。
优雅的女人一定是好女人，她一定有一颗善良而又善解人意的心灵，宽容，有爱心，她一定会礼貌待人，谦逊为人，给人一种亲切、怡人的愉悦和韵味，不但自己对生活充满信心，还能唤起别人的生活热情，使生命变得光彩照人。
优雅的女人顺其自然，而不是粗鄙低俗、气焰嚣张、矫揉造作、彰显自我。
优雅的女人像一本书，给予你一段距离，显示出一种空间感、神秘感、无限感。
如果说女人如水，那么优雅的女人就可以水滴石穿，用自己的智慧获得爱与尊严；如果说女人如茶，那么优雅的女人就是那令人回味无穷的茉莉，喝后芳香无尽；如果说女人如花，那么优雅的女人就是那淡淡的兰花，散发着的是清香，虽不浓郁，却持久。
迈出优雅的第一步优雅，是优美和高雅的浑然一体。
漂亮不等于优雅，就好比花朵的颜色与香味的关系一样：一朵花可能姹紫嫣红，却不一定暗香浮动，疏影横斜。
优雅，不是靠刻意模仿能学得来的，而完全是人们在人际交往和社会活动过程中不经意间下意识的和发自内心的综合表现。
优雅，是从人的骨子里渗透出来的，是一种随意自然的表露。
优雅的女人并不一定要天生丽质、沉鱼落雁，但她们的一举手一投足都流露出修养、智慧和善良。
打造优雅不是片刻之功，但任何深的功夫都需一个好的起步。
着装修饰不是一个人最内在最本质的东西，却注定是最可塑造的东西。
至为快捷的零起步，应是外在的修饰；至为深刻的涵养，又必然将外在的修饰与内在的修养合而为一，浑然一体。
所以，对于每一个女人来说，讲一套修身的功夫或许过于遥远，学一套着装修饰的艺术则一定不会太艰难，只要你用心。
那么现在，迈出第一步。
首先，如果你的认识存在这些误区，尽早丢弃它：★有钱才能优雅。
殊不知，有这种看法的人，本身就先不懂得什么才是优雅。
★时髦才算优雅。
这些人往往忘记了最重要的一点：优雅原本是一种内在的综合气质，并不是单靠乔装打扮就能演绎出来的。
★悠闲才能顾上优雅。
持这种观点的人，往往以自己是工薪阶层为借口，为自己不雅的行为打掩护。
又错了！
或者说，说这话的人，连优雅最起码的概念都没弄明白。
现在你明白，优雅是一种追求，没有时间、地点、物质、精力种种的限制。
优雅可以有很多种，年轻的女子可以优雅，不再年轻的女子更可以优雅，富有可以优雅，朴素也可以优雅……每一种优雅都自然天成，每一种优雅又都韵味独特。
优雅女人应当做到的没有哪个女人不想成为优雅的女人，而许多人又常苦于找不到优雅的秘诀，或抱怨缺乏应有的条件而信心不足。

优雅，真那么难吗？
其实，做优雅女人并不难，不需要很高的条件，秘诀是从身边的小处做起。
没有过度的装饰，也不流于简单随便，坚持独立与自信，热情与上进。
由中国红变成亮眼蓝的羽西曾言：“ 快乐就是成功。
”她说人在可以站着的时候，就一定要坚持站着，而且还要保持着漂亮的样子，这是对自己的尊重，也是对别人的尊重。
女人要保持自己的优雅。
优雅是一种感觉，这感觉更多的来源于丰富的内心，智慧、博爱，还有理性与感性的完美结合。
一个容貌美丽的女人未必优雅，而优雅的女人一定“ 美丽 ”，因为她的知识和智慧让你信任，她的细腻与关爱让你依赖。
而这智慧、细腻、关爱，你会从她充满迷人女人韵味的举手投足、一颦一笑间体味。
优雅还包括一个女性对美独到的见解和追求。
倘若整日衣冠不整，不修边幅，无论怎样也是同优雅联系不上的。
所以优雅的女人，她的着装永远都是不张扬而富有格调，那感觉就像静静地聆听苏格兰风笛，清清远远而又沁人心脾。
优雅女人的气质像竹，亭亭玉立高贵脱俗，即使是身着一袭布衣，你也会从简单朴质的外表下捕捉到这种不凡的感觉。
优雅的女人要有充实的内涵和丰富的文化底蕴，这是除了外表之外的境界。

媒体关注与评论

优雅是女人最昂贵的品牌，它代表她的心灵之窗和智慧之房。
——奥黛丽·赫本优雅是一种无形的魅力，悄悄潜入人们的心灵。
优雅是一种深厚的文化素养，给人留下难以磨灭的印象。
优雅是一种审美观念和精神世界凝成的晶体，所以它折射的光辉也最富于理性，最富于感染性。
——羽西

编辑推荐

好女人内外兼修的魅力秘笈，献给所有女性的生命化妆书。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com